



霞ヶ関西公民館（〒350-1175 川越市笠幡 3001-12）
 ・電話 049-227-6551 ・ファクス 049-227-6710
 【講座問い合わせ時間】平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

公民館だより
令和8年8月号 No.86
 （令和8年7月20日発行）



取り組もう！防災講座

「災害の備えとたすけ愛」 ～ 富士山の噴火 etc. ～

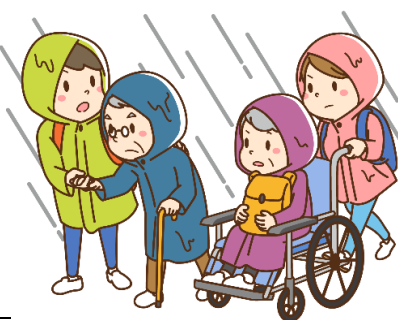
地震や線状降水帯のほか、富士山の噴火などと言われる中、自分の身を守る「自助」を最優先に、周りの人との助け合い「共助」についても一緒に学び、災害に備えましょう！！

- ◆日 時 **9月12日(土)**
午前 10 時～11 時 30 分
- ◆会 場 霞ヶ関西公民館 2 階講座室
- ◆内 容 富士山の噴火も想定した自助の強化！
近所や避難所で力となる共助！
- ◆講 師 防災士 田中 緑先生
- ◆対 象 市内在住者どなたでも
- ◆定 員 40 名（先着）
- ◆申込み方法 8 月 18 日(火) 午前 10 時から、
電子申請、電話またはファクス



- ファクスの場合
- ①「災害の備えと助け合い」、
 - ②氏名・ふりがな、③電話番号、
 - ④ファクス番号を明記のうえ、
霞ヶ関西公民館へ

参加費は
無料です



令和 8 年度
開 講

きらめき学級『かすみ西組』

コンサートや歴史、健康に関する話、体操、防災など。たくさんの学びと喜び、楽しい出会いがあなたを待っています。ご参加お待ちしております！

今年も、かすみ西組（会場：霞ヶ関西公民館）・かすみ組（会場：霞ヶ関公民館）の2会場で開催します。（内容は同じです。）
どちらかお好きなクラスを選択してお申込みください。

	全て木曜日	学 習 内 容	講 師
1	10 月 15 日	古き良き昭和の名曲を楽しみましょう！ ～歌謡曲・グループサウンズ・フォークソング～	ギター＆コーラスグループ 自然愛好会
2	10 月 29 日	音楽に合わせて手足を動かし認知症を予防しましょう！	認知症予防音楽ケア体操指導員 田村 純子 氏
3	11 月 12 日	埼玉ゆかりの三偉人・塙保己一	川越市文化財保護審議会 副会長 松尾 鉄城 氏
4	11 月 19 日	骨粗鬆症予防について＆骨健康度測定 （川越市健康づくり支援課共催）	川越市 健康づくり支援課職員
5	12 月 3 日	シニアのための防災講座	防災士 田中 緑 氏
6	12 月 17 日	最適な「MY ライフ＆エンディング」を考えよう （明治安田生命保険相互会社との包括連携協定事業）	明治安田生命保険相互会社
7	令和 9 年 1 月 7 日	野菜、果物の栄養成分を見直しましょう！	野菜ソムリエプロ 重田 健一 氏
8	令和 9 年 1 月 21 日	“ワムスビ”コンサート ～懐かしい歌と一緒に歌いましょう～	ピアノ×歌・ケーナ “ワムスビ”

『かすみ組』の日程は異なります。（霞ヶ関公民館だよりでご確認ください。）

- ◆会 場：霞ヶ関西公民館 ◆時 間：午前 9 時 30 分～午前 11 時 30 分 ほか
- ◆対象・定員：市内在住・在勤の 60 歳以上の方・先着 40 人（かすみ西組）
- ◆申込み：9 月 17 日(木) 午前 9 時から参加費 200 円(保険代)を添えて霞ヶ関西公民館
窓口へ。（代理申込みはできません。申込みはご本人に限ります。）
- ※電話・ファクスは、同日午後 1 時から受付けます。（午後からは代理申込みも可能。）
ただし、午前の時点で定員に達した場合はお受けできません。
- ファクスの場合は、講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、ファクス番号、電話番号を明記し当館へ送信。参加費は 9 月 25 日(金) 正午までに納入願います。



子ども～シニアの方まで大歓迎！みんなで楽しく汗をかこう！

「みんなの健康体操講座」

◆肩こり解消、姿勢改善、ストレッチからリズム運動、
体幹・筋力強化、全身ほぐし 等々

年齢、性別、経験に関係なく、無理のない範囲で楽しみながらご参加ください。

子どもから高齢者、初心者から経験者の方も一緒に楽しめます。

誰でも無理なく参加していただけます。元氣よく、明るいトークで教えてくれます。

親子での参加もOKです。ご応募お待ちしております！

《日時》9月26日（土）・10月24日（土）

午前10時～午前11時30分

【会場】霞ヶ関西公民館

【講師】介護予防体操指導員 清宮 薫 氏

【対象】市内在住・在勤の方ならどなたでも

（小学生以上・2日間参加できる方）

【定員】30人（先着）

【参加費】無料（保険については、各自ご対応をお願いします。）

【内容】誰にでもできる健康体操

【申込み】電子申請

※電子申請ができない場合は、霞ヶ関西公民館へご相談ください。

【申込み受付期間】8月19日（水）午前10時から9月16日（水）まで

◆電子申請の場合は、右上の【電子申請2次元コード】からお申込みください。



【電子申請2次元コード】



遊びの交流サロン

おもちゃの広場

9月7日（月）

参加費
無料



- 時間：午前10時～11時30分
- 会場：霞ヶ関西公民館 1階 プレイルーム
- 対象：0歳～就学前のお子さんと保護者
- 申込方法：下の2次元コードから電子申請にて。

おもちゃがつなく、人との出会い、ふれあい、育ちあう遊びのサロンです。

元氣いっぱいのお兄ちゃんお姉ちゃんも、

生まれて数カ月の赤ちゃんも大歓迎！

ひろびろしたプレイルームだから、いっぱい遊んでゴロゴロしてね♪

遊びのスペシャリストが「グッド・トイ※」を用意してお待ちしています。

8月10日（月）より 受付開始 先着10組



電子申請
2次元コード

※グッド・トイとは、遊びを通して五感を磨き、コミュニケーション能力を養い、夢を育てる手助けができるおもちゃのことで、全国のおもちゃコンサルタントの推薦・投票によって選ばれています。

■共催：子どもの文化を考える会

霞ヶ関西公民館 休館日

—8月の休館日—

11日（火） 山の日
28日（金） 館内整理日

—9月の休館日—

21日（月） 敬老の日
22日（火） 国民の休日
23日（水） 秋分の日
24日（木） 館内整理日

